

## Familiertipps zur sicheren Internetnutzung: Dein digitales Überleben (Quelle: www.klicksafe.de)

**THINK BEFORE YOU POST!**

Auf Instagram, Snapchat oder TikTok präsentieren wir uns der Öffentlichkeit. Dabei ist es vielen wichtig, was andere über sie denken. Digitale Aufmerksamkeit = ❤️ Wenn man sich ins digitale Rampenlicht wirft, ist man aber auch vor Hasskommentaren und sexueller Anmache nicht sicher. So kannst du dich schützen.

**Schau mal HIER:**  
→ [www.handysektor.de/themenmonate/sexting](http://www.handysektor.de/themenmonate/sexting)  
→ [www.jugend.support](http://www.jugend.support)  
→ [www.juuuport.de](http://www.juuuport.de)

**MEINE TIPPS:**

- Vermeide **freizügige Bilder** von dir, um dich vor sexueller Anmache zu schützen.
- Nicht jeder muss alles von dir wissen → **Nutze Privatsphäre-Einstellungen!** Profilinehalte und Storys (Instagram) generell auf „privat“/„nur für Freunde“ sichtbar stellen!
- Verfasse selbst keine beleidigenden oder politisch unkorrekten Posts.
- Achte das **„Recht am eigenen Bild“**: Lade nicht ungefragt Bilder von anderen hoch.



Janne

**ALWAYS ON?**

Dein liebstes Teil, dein 24h-Begleiter, das Ding, ohne das du nicht mehr ins Bett gehst → dein Smartphone ← ist ein Stalker! Es sendet deine Standortdaten, Apps ziehen deine Infos, indem sie Zugriffe verlangen, z. B. auf Fotos, Adressbuch, Nachrichten. Du kannst den Spion und Aufmerksamkeitsfresser in deiner Tasche unter Kontrolle bringen!

**MEINE TIPPS:**

- Sei kritisch bei **App-Berechtigungen**. Wenn sie dir sinnlos erscheinen, suche lieber nach einer anderen App mit gleicher Funktion.
- Mach's wie mit deinem Kleiderschrank und miste die Apps aus, die du nicht mehr nutzt.
- Schalte **GPS, Bluetooth & WLAN** nur an, wenn du sie brauchst, deaktiviere In-App-Käufe.
- Jede Sekunde** aufs Handy schauen lenkt dich ab und kann auf der Straße echt gefährlich werden.
- Auszeit**: Schalte dein Handy nachts und während der Hausaufgaben ganz aus und nutze die Auszeitfunktionen (Digital Wellbeing) der Dienste.



Ida

**Schau mal HIER:**  
→ <https://www.handysektor.de>  
→ <https://www.checked4you.de>  
→ <https://mobilsicher.de>

**KEINE CHANCE FÜR HATER, TROLLE, MOBBING!**

Andere gezielt fertig machen und sich auch noch in der Anonymität des Netzes verstecken, ist ultrafeige und in Fällen von schwerem Cyber-Mobbing (Belästigung, Drohung, üble Nachrede) auch eine Straftat mit juristischen Folgen. Hilf mit, dass das Netz nicht zu einem Ort verkommt, an dem sich irgendwann keiner mehr gerne aufhält.

**MEINE TIPPS:**

- Bleib selbst fair und zeig Netzcourage, z. B. durch das **Melden von Mobbern** in den Diensten.
- Wenn du selbst gemobbt oder beleidigt wirst:
  - Sichere Beweise** (Screenshot).
  - Zögere nicht** und wehr dich: Person blockieren und/oder im Netzwerk melden, Bild melden, Verlinkung entfernen.
  - Bleib nicht allein** mit deinen Sorgen und hol dir Hilfe bei Leuten, denen du vertraust.



Lena

**Schau mal HIER:**  
→ [www.juuuport.de](http://www.juuuport.de)  
→ <https://hassmelden.de>  
→ Videoreihe „Ich war's“ mit YouTubern auf [www.klicksafe.de/spots](http://www.klicksafe.de/spots)  
→ [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)



Die **Cyber-Mobbing Erste-Hilfe-App** von Klicksafe wurde von Jugendlichen für Jugendliche programmiert und bietet erste Hilfe bei Mobbing.  
→ [www.klicksafe.de/cmapp](http://www.klicksafe.de/cmapp)

**ZOCKEN OHNE ENDE?**

Ich zocke für mein Leben gern und ein Job im E-Sport wäre mein Traum. Bei guten Games kann man aber schnell mal die Zeit vergessen. Die Stunden vergehen vor dem Bildschirm wie Minuten ... Damit kein Stress entsteht, hier ein paar Tipps.

**MEINE TIPPS:**

- Setz dir ein Limit**. Fang bei Games wie z. B. **Fortnite** keine neue Runde an, wenn es die Zeit eh sprengen würde. Stell dir einen Timer!
- Spiel zur Abwechslung doch mal mit **deinen Eltern** und zeig ihnen, was dich am Zocken begeistert.
  - Behalte Kosten bei **In-App-Käufen** und **Free-to-Play-Spielen** im Blick (Lootboxen!).
  - Auf Twitch gibt es leider auch **Flaming** und **Hasskommentare**. Du hast aber die Möglichkeit, User zu melden oder zu blockieren.



Leon

**Schau mal HIER:**

### Medienerzieherische Internetinformationen für Familien:

<https://sesk.de/>

Starke Eltern – Starke Kinder ist ein Elternkurs des Kinderschutzbundes. Mit dem Elternkurs sollen Eltern dabei unterstützt werden, den Alltag selbstbewusster und gelassener anzugehen, um mehr Leichtigkeit und Freude in die Familie zu bringen.

[www.familie-und-tipps.de/Familienleben/Familienrat.html](http://www.familie-und-tipps.de/Familienleben/Familienrat.html)

Infos und Durchführungstipps zum Familienrat.

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

Klicksafe unterstützt Eltern dabei, ihre Kinder bei der Nutzung von digitalen Medien zu begleiten. Das Ziel ist ein sicherer, fairer und selbstbestimmter Umgang mit Internet, digitalen Spielen, Smartphones und Apps.. Mit Smartphone-Checkliste für Eltern.

[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)

Medienratgeber für Eltern, rund um Hörspiele, TV, PC, Internet, Handy, Tablet, Smartphone, Bildschirmspiele und Co.

[www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de)

Mediennutzungsvertrag für die ganze Familie.

[www.mobilsicher.de](http://www.mobilsicher.de)

Das Infoportal für mehr Sicherheit auf Smartphone u. Tablet, mit App-Tests u. Tests von Kinderschutzbundprogrammen.

[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

Kostenlose Lebens-Beratungsseite für Kinder und Eltern.

[www.polizeifürdich.de](http://www.polizeifürdich.de)

Internetplattform der Polizei, für Kinder und Jugendliche. Stell deine Frage!

<https://play.google.com/store/apps/details?id=de.apisservices.cybermob&gl=DE>

<https://apps.apple.com/de/app/cyber-mobbing-erste-hilfe-app/id1090734113>

Kostenlose "Erste Hilfe App" zum Problem Cybermobbing.

[www.mimikama.at](http://www.mimikama.at)

Verein zur Aufklärung gegen Internetmissbrauch, mit Informationen zu aktuellen Fake News.

[www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at)

Medienratgeber für Eltern und Jugendliche. Mit Anleitungen und Leitfäden für WhatsApp, YouTube, Instagram, Snapchat, TikTok, Facebook, etc.

[www.spieleratgeber-nrw.de](http://www.spieleratgeber-nrw.de)

Bildschirmspiele werden vorgestellt und bewertet, mit Suchmaschine für aktuelle Spiele.

[www.digitalcourage.de](http://www.digitalcourage.de) Bielefelder Datenschutzverein, mit Tipps zur persönlichen digitalen Selbstverteidigung.